



„Zuviel Gewicht! Was kann ich tun?“ – Gastro-Liga startet Aktionsreihe zum Magen- Darm-Tag Adipositas am 12. Januar 2026

Gastro-Liga e. V.
Deutsche Gesellschaft
zur Bekämpfung der Krankheiten
von Magen, Darm und Leber
sowie von Störungen des Stoff-
wechsels und der Ernährung e. V.

Friedrich-List-Str. 13
D-35398 Gießen

Phone +49-641-97481-0
FAX +49-641-97481-18
geschaefsstelle@gastro-liga.de
www.gastro-liga.de

Gießen, 3. Dezember 2025 – **Immer mehr Menschen in Deutschland kämpfen mit Übergewicht und Adipositas (starkem Übergewicht) – eine Entwicklung mit weitreichenden gesundheitlichen Folgen.** Unter dem Motto „Zuviel Gewicht! Was kann ich tun?“ richtet die Gastro-Liga e. V. in Kooperation mit dem Kompetenznetz Adipositas und der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM) den Magen-Darm-Tag Adipositas als bundesweite Aktionsreihe über mehrere Monate aus.

Vom 12. Januar bis 31. Juli 2026 bieten ärztliche Mitglieder der Gastro-Liga bundesweit – in Präsenz und digital – Vorträge, Arzt-Patienten-Seminare, Fortbildungen, Hotlines und weitere Aktionen an. Das Themenspektrum umfasst Entstehung, Behandlung und Prävention von Übergewicht und Adipositas. Dabei werden aktuelle Entwicklungen in der medikamentösen und chirurgischen Therapie vorgestellt sowie Wege zu einem gesünderen Lebensstil aufgezeigt. Ziel der Aktionskampagne ist es, das Bewusstsein für Adipositas als chronische Erkrankung zu schärfen, Stigmatisierung sowie sozialer Ausgrenzung entgegenzuwirken und Betroffene zu ermutigen, professionelle Unterstützung in Anspruch zu nehmen.

Adipositas auf dem Vormarsch – weltweit und in Deutschland

Weltweit leben laut einer Studie aus dem Jahr 2022 bereits über eine Milliarde Menschen mit Adipositas – die Zahl hat sich seit den 1970er-Jahren nahezu verdreifacht. Auch in Deutschland ist die Entwicklung alarmierend: Rund 53 Prozent der Erwachsenen gelten als übergewichtig, etwa 23 Prozent als adipös. Besonders besorgniserregend ist der Trend bei Kindern und Jugendlichen und viele Betroffene bleiben auch im Erwachsenenalter übergewichtig. Diese alarmierenden Zahlen verdeutlichen, wie wichtig es ist, Risikofaktoren wie einen inaktiven Lebensstil, die weit verbreitete Verfügbarkeit von Fast Food und mangelnde Bewegung gezielt anzugehen.

Adipositas – mehr als ein ästhetisches Problem

Die gesundheitlichen Folgen von Adipositas sind gravierend: Neben einem erhöhten Risiko für Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und bestimmte Krebsarten wird auch der Magen-Darm-Trakt direkt beeinträchtigt – durch Fettleber, Reflux oder funktionelle Störungen. „Adipositas betrifft den gesamten Organismus – auch den Verdauungstrakt. Die Folgen für Leber, Bauchspeicheldrüse und Darm werden oft unterschätzt“, erklärt Prof. Dr. Dr. Jürgen Stein, Ärztlicher Leiter Gastroenterologie / Ernährungsmedizin am St. Elisabethen-Krankenhaus Frankfurt sowie Ärztlicher Leiter des Adipositaszentrums

PRESSEMITTEILUNG + PRESSEMITTEILUNG + PRESSEMITTEILUNG

OPTIMED. „Deshalb ist es so wichtig, frühzeitig aufzuklären und effektiv zu handeln.“

Moderne Adipositas-Therapien – neue Chancen für Betroffene

Die Behandlung von Übergewicht und Adipositas erfordert ein multidisziplinäres und multifaktorielles Vorgehen. Dazu gehören Ernährungsberatung, die Förderung körperlicher Aktivität, kognitive Verhaltenstherapie, psychologische und sozialarbeiterische Unterstützung sowie medizinische, chirurgische und medikamentöse Therapien wie Inkretinagonisten, die wissenschaftlich belegt Gewichtsabnahmen fördern. „Mit modernen Medikamenten wie beispielsweise den sogenannten Inkretinagonisten, die Hunger und Blutzucker steuern, stehen uns heute ganz neue Möglichkeiten offen, Betroffenen wirksam zu helfen – vorausgesetzt, sie werden in ein ganzheitliches Therapiekonzept eingebettet“, so Dr. med. Gert Bischoff, Ärztlicher Leiter des Zentrums für Ernährungsmedizin und Prävention (ZEP) am Krankenhaus Barmherzige Brüder München und Präsident der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM). „Erst die Kombination aus Medikamenten und professioneller multimodaler Therapie macht eine nachhaltige Gewichtsreduktion möglich.“

Adipositas – Therapieerfolg braucht Verständnis und Unterstützung

Die Gastro-Liga setzt sich mit ihren Kooperationspartnern auch für mehr gesellschaftliche Akzeptanz, weniger Stigmatisierung und eine klare Einordnung von Adipositas als chronische Erkrankung ein. „Adipositas ist eine chronische Erkrankung – und keine Frage von Willensschwäche, sondern das Ergebnis eines komplexen Zusammenspiels aus genetischen, psychologischen und sozialen Faktoren“, betont Prof. Dr. Hans Hauner, Senior Professor für Ernährungsmedizin am Else Kröner Fresenius-Zentrum für Ernährungsmedizin (EKFZ) der Technischen Universität München. „Nur wenn wir das verstehen, können wir gezielt helfen – mit Respekt und evidenzbasierter Medizin.“

Der Magen-Darm-Tag Adipositas: Wissen. Verstehen. Handeln.

Während der bundesweiten Aktionsreihe zum Magen-Darm-Tag Adipositas vom 12. Januar bis 31. Juli 2026 steht das gesamte Themenspektrum rund um Entstehung, Behandlung und Prävention von Übergewicht und Adipositas im Mittelpunkt. Gemeinsam mit ihren Partnern wird die Gastro-Liga umfassend informieren, aufklären und Betroffene unterstützen. Ziel ist es, aufzuzeigen, welche Möglichkeiten der Vorbeugung und Therapie bestehen, um die Gesundheit und Lebensqualität nachhaltig zu verbessern. Langfristig sollen so gesundheitsfördernde Ernährungsgewohnheiten und ein aktiver Lebensstil etabliert werden – individuell abgestimmt auf die Bedürfnisse der Betroffenen.

Die zentrale Auftaktveranstaltung findet als Live-Webinar am 12. Januar 2026 statt und wird anschließend als Video-on-Demand abrufbar sein. Themen sind unter anderem Prävention, medikamentöse

PRESSEMITTEILUNG + PRESSEMITTEILUNG + PRESSEMITTEILUNG

Therapie, chirurgische Optionen und Langzeitstrategien zur Gewichtsstabilisierung. Ein umfangreiches Paket an Informationsmaterialien, Fortbildungen und digitalen Angeboten unterstützt Ärzte, Patienten und Interessierte deutschlandweit.

Alle Informationen zu Veranstaltungen, Webinaren und Telefon-Hotlines unter www.gastro-liga.de.

Gastro-Liga

Die Gastro-Liga – Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung der Krankheiten von Magen, Darm und Leber sowie von Störungen des Stoffwechsels und der Ernährung e. V. – kämpft gegen Erkrankungen der Verdauungsorgane. Anerkannte Mediziner unterstützen die Arbeit der Gastro-Liga und informieren über Vorbeugung, Erkennung und Behandlung von Verdauungskrankheiten. Die meisten führenden Mediziner und Wissenschaftler in Deutschland, die auf dem Gebiet der Verdauungskrankheiten arbeiten, gehören dem Wissenschaftlichen Beirat der Liga an. Sie hat das Ziel, die Behandlung und Prävention von Erkrankungen des Verdauungstraktes, Störungen des Stoffwechsels und ernährungsbedingter Krankheiten zu verbessern. Auf der Website werden umfangreiche Informationen angeboten: www.gastro-liga.de

Über den Magen-Darm-Tag

Seit 1997 macht die Gastro-Liga mit bundesweiten Informationskampagnen auf wichtige Themen aus Gastroenterologie und Ernährungsmedizin aufmerksam – seit 2011 unter dem bekannten Label „Magen-Darm-Tag“. Ziel ist es, medizinisches Wissen verständlich zu vermitteln, aufzuklären und den Dialog zwischen Ärztinnen, Ärzten, Betroffenen und der Öffentlichkeit zu fördern.

Vom 12. Januar bis 31. Juli 2026 laden ärztliche Mitglieder der Gastro-Liga bundesweit unter dem Motto „Zuviel Gewicht! Was kann ich tun?“ zu Vorträgen, Webinaren, Telefonaktionen und Informationsveranstaltungen ein. Unter der Projektleitung von Prof. Dr. Dr. Jürgen Stein, Frankfurt/M., Dr. Gert Bischoff, München, und Prof. Dr. Hans Hauner, München, entsteht damit ein einzigartiges Forum für Austausch, Aufklärung und Motivation – für alle, die mehr über Magen, Darm, Ernährung und Gesundheit erfahren möchten.

Kontakt:

Gastro-Liga e. V.

Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung der Krankheiten von Magen, Darm und Leber sowie von Störungen des Stoffwechsels und der Ernährung e. V.

Friedrich-List-Str. 13

D-35398 Gießen

Phone +49-641-97481-0

FAX +49-641-97481-18

geschaeftsstelle@gastro-liga.de

www.gastro-liga.de